श्रेयःसाधक अधिकारिवर्ग ग्रन्थावाळि

ग्रन्थांक ३८

કિંમત ૦-૧-૦

श्री [illegible]

અ૦ ઓ૦ પ્રિ૦ પ્રે૦

સંવત ૧૯૫૮

સંયોજક તથા પ્રકાશક.

નગીનદાસ પુરૂષોત્તમદાસ સંઘવી

॥ ॐ श्रीं ॥

॥ ॐ श्रीमन्नृसिंहाय सद्गुरवे नमः ॥

પ્રસ્તાવના.

સંધ્યાગાયત્રી એ આર્યદ્વિજોને કેટલી અવશ્યની છે તેવિષે જેટલું કહીએ એટલું થોડું છે. આ વિષે વેદ, સ્મૃતિ અને પુરાણોમાંથી જેઇએ તેટલાં પ્રમાણો મળી શકે છે. સંક્ષેપમાં એજ કે સંધ્યાગાયત્રી એ આર્યદ્વિજોનુ સર્વસ્વ છે, એટલુંજ નહિ પણ સંધ્યાગાયત્રીના પ્રતિનિધિરૂપ[1] પૌરાણિક પ્રયોગો શૂદ્રાદિક માટે પણ અત્યંત અવશ્યના છે. તેનું કારણ સંક્ષેપમાં નીચે પ્રમાણે છે.

આર્યપ્રજાના અભ્યુદય[2] અને નિઃશ્રેયસ્નો[3]

---

૧. પ્રતિનિધિ=સંધ્યાગાયત્રીને ઠેકાણે કરવાની બીજી ક્રિયા. ૨. અભ્યુદય=વ્યાવહારિક ઉદય અથવા ચઢતી ૩. નિઃશ્રેયસ=પરમ કલ્યાણરૂપ મોક્ષ.

બધો આધાર ધર્મઉપર છે, ધર્મનો સમગ્ર આધાર શ્રુતિ, સ્મૃતિ, અને પુરાણાદિક સહીતશાસ્ત્રઉપર છે, પરંપરાએ સર્વ શાસ્ત્રનું મૂળ વેદ અને બુદ્ધિ છે, સર્વ વેદ અને બુદ્ધિની જનિતા (માતા) ગાયત્રી છે અને સર્વ વેદનું બીજ (પિતા) પ્રણવ (ૐ) છે. પ્રણવ અને ગાયત્રીથીજ સર્વ પ્રકારનું પ્રેયઃ[૧] અને શ્રેયઃ[૨] સિદ્ધ થાય છે. વિશ્વની સૃષ્ટિ, સ્થિતિ અને સંહારની શકિતરૂપ ઐશ્વર્ય-સર્વજ્ઞત્વ, સર્વ-શકિતમત્ત્વ અને સર્વવ્યાપકત્વ તથા પરબ્રહ્મ અને આત્માની યથાર્થ એકતારૂપ છેવટનો મોક્ષ પણ પ્રણવ અને ગાયત્રીથીજ થાય છે.

જે પ્રાચીન સમયે આપણા પૂર્વજો પ્રણવ અને ગાયત્રીની વિદ્યા મર્મસહિત જાણતા અને સાધતા તે સમયે આર્યપ્રજાની જે સર્વોત્તમ વ્યવહારદશા હતી તેવિષે કાંઈ વિશેષ કહેવું પડે તેમ નથી; કેમકે મોક્ષનાં દુર્લભ સાધનો પણ તેમ-

---

૧. પ્રેયઃ=મનગમતું. ૨ શ્રેયઃ=હિત, કલ્યાણ.

ના હાથમાંજ હતાં. આનું કારણ એજ હતું કે તેઓએ સંકલ્પબળ વિધિપ્રમાણે સિદ્ધ કર્યું હતું. તે સિદ્ધ કરવાનીજ વિદ્યા તેજ પ્રણવ અને ગાયત્રી તથા અન્ય વેદમંત્રોના પ્રયોગરૂપ સંધ્યાનામના નિત્યકર્મમાં રહેલ છે. ચારે વર્ણના પ્રાચીન આર્ય મહર્ષિયો ધારે તે કરતા તે એજ વિદ્યાને પ્રતાપે. થોડા શબ્દો બોલવામાં એટલી શક્તિ ક્યાંથી હોય એ પ્રશ્નનું સમાધાન આગળનાં ઉપાસનમાં પ્રસંગે પ્રસંગે આવતું જશે. પણ અહિં ટુંકામાં કહીએ છીએ કે સર્વ શક્તિનું મૂળ શ્રીમહેશ્વરનો સંકલ્પ છે, અને તે સંકલ્પ સમગ્ર વિશ્વમાં વ્યાપેલો છે; અને તેનું દ્યોતન[1] પ્રાણિમાત્રના અંતઃકરણમાં વધારે નિર્મલ રૂપે પ્રકાશે છે. તેમાં પણ માનવ અંતઃકરણમાં અન્ય પ્રાણીઓ કરતાં વધારે પ્રયોજ્ય[2] અને નિયોજ્ય[3] આકારમાં તે

---

૧ દ્યોતન=સ્ફુરણરૂપ પ્રકાશ, ઇસારો. ૨ પ્રયોજ્ય-અમલમાં આણવાયોગ્ય, ઉપયોગમાં લેવાયોગ્ય, ૩ નિયોજ્ય=અમુક કામે લગાડવાયોગ્ય.

સંકલ્પ ઝગઝગે છે. માત્ર તે સંકલ્પનો જેવો જો ઇયે તેવો પ્રયોગ અને નિયોગ કરતાં આવડવો જોઇયે, તે શીખવવાને માટે આ **પ્રથમ ઉપાસના** પ્રકટ કરવામાં આવે છે.

શ્રીશ્રેયઃસાધક અધિકારી વર્ગના શ્રીપરમાત્મ સ્વરૂપ સદ્‌ગુરૂ દેવ શ્રી[1]આચાર્યમંડલાખંડલ શ્રીમન્નૃસિંહાચાર્ય ભગવાનના સદ્ધર્મ[2]સામ્રાજ્યાસનઉપર વિરાજતા, આર્યજનોદ્ધારપરાયણ સર્વજનહિતકર વિશ્વવત્સલ બ્રાહ્મણવર્ણવિભાકર[3] યાજ્ઞિકવંશાવતંસ[4] શ્રીમહાચાર્યવર્ય પરમકારુણિક શ્રીમદુપેન્દ્રભગવાનની પ્રેરણાનુસાર આ વિદ્યા પ્રકટ કરવામાં આવે છે. તેથી આ પ્રકટ કરનારના વૈશ્યત્વની આશંકાનો ત્યાગ કરી સર્વ સુજ્ઞ દ્વિજજનો આ ઉપાસનાનો

---

૧ આચાર્ય+મંડલ+આખંડલ=આચાર્ય મંડલના ઇન્દ્ર. ૨ સદ્ધર્મરૂપ સામ્રાજ્ય એટલે સાર્વભૌમ રાજ્યની ગાદી. ૩ બ્રાહ્મણ વર્ણના વિભાકર એટલે સૂર્ય. ૪ યાજ્ઞિક વંશના અવતંસ એટલે વિભૂષણ

આદર કરશે. કેમકે હું તો માત્ર બ્રાહ્મણોનું ધન બ્રાહ્મણોને પહોચાડનાર દૂત કિંવા [1]ભારવાહક (મજુર) છું.

શ્રીવસંતપંચમી સંવત ૧૯૫૯ શ્રીરાજનગર.	વિજ્ઞાપક, **નગીનદાસ પુરૂષોત્તમદાસ** **સંઘવી.**

---

૧ ભાર ઉચકીને લેઇ જનાર.

॥ ॐ नमः श्रीवेदपुरुषसिहाय ॥

अथसाववैदिक संध्योपासनम् ।

ગાયત્રી.

સંધ્યા એટલે સારી પેઠે ધ્યાન કરવું તે. તે ધ્યાન ભાવના સાથે કરવું જોઇયે. જેવું ધ્યાન કરવાનું છે વિષય ગાયત્રીમાં રહેલો છે; અને સંધ્યાના સર્વ અંગોમાં મુખ્યત્વે કરીને ગાયત્રીનો ઉપયોગ હોય છે તેથી યજ્ઞોપવીત (જનોઇ) દેતાં સઉથી પ્રથમ ગાયત્રીમંત્રનોજ ઉપદેશ કરવામાં આવે છે. એ ગાયત્રીમાં રહેલી ભાવના સિદ્ધ થતાં દ્વિજને સંધ્યામાં યોજવાના સર્વ વેદમંત્રો તેમજ અન્ય વૈદિક કર્મમાં યોજવાના વેદમંત્રોની સિદ્ધિ કરવાની યોગ્યતા અથવા શક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે. ગાયત્રીમાં ચિતિશક્તિરૂપ પરમતત્વનું ધ્યાન અથવા ભાવના થાય છે. તેથી સઉથી પ્રથમ તો ગાયત્રીમંત્ર અને તેની સાથે બોલવાના વ્યાહૃતિ

અને બીજમંત્ર પ્રણવ સારી પેઠે ગોખીને સરલ પણે બોલાય તેમ સ્મરણમાં રાખવા જોઇએ. તે નીચે પ્રમાણે છે:—

બીજમંત્ર પ્રણવ—ॐ (ओम्)

વ્યાહૃતિ સાત છે:—भूर्, भुवर्, स्वर्, महर्, जनः, तपः, सत्यम्ः

ગાયત્રીમંત્ર:—तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गोदेवस्य धीमहि धियोयोनःप्रचोदयात्.

સંધ્યામાં પ્રણવ, ત્રણ વ્યાહૃતિ અને પ્રણવ સાથે ગાયત્રીનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. ચારે વેદના બીજા મંત્રો ભિન્ન ભિન્ન હોય છે પણ પ્રણવ, વ્યાહૃતિ અને ગાયત્રી ચારે વેદમાં એકજ સ્વરૂપે છે; અને તેથી પ્રણવ, વ્યાહૃતિ અને ગાયત્રી એટલાનોજ ઉપયોગ કરીને જે સંધ્યાનું ધોરણ બાંધેલુ હોય છે તે સંધ્યા સાર્વવૈદિક એટલે સર્વ વેદના દ્વિજોને એક સરખી રીત્યે ઉપયોગી સંધ્યા

છે. પ્રથમ સર્વ આરંભ કરનાર સાધકોએ એ ધોરણ સારી પેઠે સિદ્ધ કરવું જોઇયે. પછી બીજા મંત્રો પોતપોતના વેદ અને શાખા પ્રમાણે ઉમેરી શકાય. વળી એ સાર્વવૈદિક સંધ્યા ઘણીજ ટુંકી હોવાથી થોડા અવકાશવાળા તેમજ થોડી વિદ્યાવાળા દ્વિજો પણ કરી શકે એમ છે. તેથી તેજ સંધ્યા આ પ્રથમ ઉપાસનમાં અર્થ સાથે સમજાવી છે.

ગાયત્રી વેદમંત્ર હોવાથી તેના શબ્દ માત્રનું પણ રૂડે પ્રકારે ધ્યાન કરવાથી તેનો અર્થ એની મેળે હૃદયમાં સ્ફુરે છે એમાં કાંઇ શક નથી; શબ્દ માત્રનોજ જપ પણ ક્રમે કરીને કલ્યાણ કરે છે ખરો પણ તેવે રૂડે પ્રકારે શબ્દ માત્રનું ધ્યાન કરવાની યોગ્યતા પ્રાચીન ઋષિઓના જેવી આ કાલમાં સઉને હોવી સંભવતી નથી; તેથી અનેક શાસ્ત્રો અને વેદ પોતે પણ ઢંઢેરો પીટીને કહે છે કે અર્થ જાણ્યા વિના મંત્રના અનુષ્ઠાન આદિક ઘણુંજ અલ્પ ફળ આપે છે અને વિશેષે

કરીને ભારરૂપજ થઇ પડે છે. અર્થ અને ભાવના વિના જ્યારથી નિત્ય[1] નૈમિત્તિક[2] અને પ્રાયશ્ચિત્તાદિક[3] કર્મો કરવાની રૂઢિ અજ્ઞાનને લીધે પેઠી ત્યારથી આપણી આર્ય પ્રજાની ર દશા બેઠી–વ્યવહાર અને પરમાર્થ બગડયા-વેદ અને શાસ્ત્રો ખરાં છતાં અયોગ્ય ઉપાસકોને હાથે ચઢવાથી ખોટાં ગણાઇ નિંદાવા લાગ્યાં. તેથી આ પુસ્તકમાં સઉથી પહેલાં તો સંસ્કૃત ન જાણનારને પણ સમજાય અને સ્મૃતિમાં[4] રહે તેમ પ્રણવ, વ્યાહૃતિ અને સર્વ મંત્રોની નાયિકા[5] વેદમાતા ગાયત્રીનો અર્થ આપવામાં આવે છે:—

---

૧ નિત્ય કર્મ રોજ કરવાનાં હોય છે, જેમકે સંધ્યાવંદન૦ ઇ૦. ૨ નૈમિત્તિક કર્મ અમુક પ્રસંગે કરવાનાં હોય છે, જેમકે વિવાહ, જનોઈ૦ ઇ૦. ૩ પ્રાયશ્ચિત્ત કર્મ તે થયેલાં પાપનું નિવારણ કરવાને કરવામાં આવે છે, જેમકે ચાંદ્રાયણ, દેહશુદ્ધિ પ્રાયશ્ચિત્ત૦ ઇ૦.

૪ સ્મૃતિમાં=યાદ. ૫ નાયિકા=મુખ્ય.

૧ ૐ માં ઘણો અર્થ સમાયલો છે, પણ પ્રવશકે[1] એટલુંજ જાણવું પૂરતું છે કે-ૐ એ કર્ત્તા ત્રાતા સંહર્ત્તા પરમેશ્વરનો પ્રતીક[2] એટલે દર્શક છે.

૨ भूर्=ભૂલોક (પૃથ્વી) भुवर्=પૃથ્વી કરતાં ઉપરનો લોક. स्वर्=भुव् લોકથી ઉપરનો લોક—સ્વર્ લોક. महर्=સ્વર્ લોકથી ઉપરનો લોક. जन:=મહર્ લોકથી ઉપરનો લોક—જનલોક.तप:=જન લોકથી ઉપરનો લોક-તપલોક. सत्यम्=સઉથી ઉપરનો લોક—સત્ય લોક.

૩ ૧ तत=તે [=ભૂર્ લોકાદિક સાત સ્વર્ગ એટલે સાત ઉપરના લોક (તેમજ સાત પાતાળ એટલે નીચેના લોક પણ સમજી લેવા.)]

૨ सवितु:=પ્રસવનારનું, ઉત્પન્ન કરનારનું (સૂર્યનું)

૩ देवस्य=દેવનું, सवितुर्देवस्य=પ્રસવનારદેવનું (સૂર્ય દેવનુ)

---

૧ પ્રવેશક=નવો પ્રવેશ કરનાર, શરૂઆત કરનાર શિખાઉ. ૨ પ્રતીક=પ્રતીતિ કરાવનાર, ભાન કરાવનાર, દર્શાવનાર.

૪ वरेण्यम्=વરવા યેાગ્ય, વરણીય.

૫ भर्गः=તેજ, પ્રકાશ. (भर्गः ઉપરથીજ આપણા પ્રાકૃતમાં भडको એ શબ્દ થએલેા જણાય છે.)

૬ धीमहि=અમે ધ્યાન કરીએ છીએ.

૭ यः=જે (અર્થાત્ જે સવિતા દેવ.)

૮ नः=અમારી.

૯ धियः=બુદ્ધિયેા (અર્થાત્ બુદ્ધિ આદિક સર્વ શક્તિયેા).

૧૦ प्रचोदयात्=પ્રેરેા.

(અહિં જે અનુક્રમે ગાયત્રીના શબ્દોના અર્થ આપ્યા છે. તે અનુક્રમ તેા મૂળ ગાયત્રીમંત્ર પ્રમાણેજ છેઃ—.

ગાયત્રી.

ॐ भूर्भुवः स्वः ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो

र्देवस्य धीमहि ।धियो यो नः प्रचोदयात् ॥

એ ગાયત્રીનો સાંભરો અર્થઃ—

કર્ત્તા, ત્રાતા અને સંહર્ત્તા પરમાત્મા (કે જે)

ૐ

ભૂર્ ભુવર્ અને સ્વર (લોકાદિક સર્વ) લોકો

भूर्भुवःस्वः

તે પ્રસવનાર દેવનું

तत्सवितुर्देवस्य

વરવા યોગ્ય તેજ

वरेण्यं भर्गः

અમે ધ્યાન કરીએ છીએ, (જે સવિતા દેવ)

धीमहि य:

અમારી બુદ્ધિયો

न: धिय:

પ્રેરો.

प्रचोदयात्.

ગાયત્રીનો સંપૂર્ણ ભાવાર્થ:—

કર્ત્તા[1], ત્રાતા[2] અને સંહર્ત્તા[3] પરમાત્મા કે જે ભૂર્, ભુવર્ અને સ્વર્ લોક આદિક સર્વ લોકો તે પ્રસવનાર દેવના વરવા યોગ્ય તેજનું અમે ધ્યાન કરીએ છીએ, તે સવિતા દેવ અમારી બુદ્ધિવૃત્તિયોને પ્રેરો[4].

---

૧ સ્રજનાર. ૨ રક્ષણ કરનાર. ૩ સંહાર અથવા લય કરનાર. ૪ પ્રેરો=ગતિ આપો, વેગ આપો. અર્થાત્ સર્વ કલ્યાણ પ્રત્યે વેગ આપો-પ્રેરો.

આ ગાયત્રીના પ્રત્યેક શબ્દનો અર્થ સંપૂર્ણ રીત્યે સમજવો અને આખો ભાવાર્થ પણ સંપૂર્ણ રીત્યે સમજવો. તે એવો તો સજડ રીત્યે સમજવો અને તેનો પરિચય કરી રાખવો કે જેમ આપણે પ્રત્યેક શબ્દ બોલતા જઇએ તેમ તેમ તે તે શબ્દનો અર્થ પણ આપણા મનમાં ઉભો થતો જાય અને આખો મંત્ર બોલાઇ રહે ત્યારે તે આખા મંત્રનો ભાવાર્થ સંકલ્પ રૂપે આપણા મનમાં બંધાઇ રહે.

આટલો પરિચય અને સામગ્રી તૈયાર થાય ત્યારે સંધ્યામાં ક્રિયારૂપ પ્રવૃત્તિ કરવાની યોગ્યતા થાય તેથી આ **પ્રથમ ઉપાસનામાં** આટલુંજ કહીને હવે સંધ્યાનો પ્રયોગ દર્શાવવો યોગ્ય છે. અર્થના ભાનસહિત ગાયત્રીનો જપ અને સંધ્યાની ક્રિયા થોડોક સમય કર્યા પછી ઉપાસકને **ભાવના** સંબંધી સૂચના અને શિક્ષણ આપવું યોગ્ય છે. હવણાં તો સૈકડે પંચાણું દ્વિજ અર્થ પણ સમજ્યા વિના સંધ્યા ગાયત્રી ભણી જાય છે. આ દશા જેમ બને તેમ ઝટ લેઇને સુધારવી જોઇયે, નિકર આપણી આર્ય પ્રજાની પડતીનો કદિ પણ અંત આવવાનો નથી.

અથ સંધ્યા.

સંધ્યાની સામગ્રીઃ ૧ પવાલું, ૨ આચમની, ૩ તરભાણું, ૪ ચંદન, ૫ પુષ્પ અને જળ છે.– સગવડ ન હોય તો એકલા પવાલામાં પાણી લેઇને પણ સંધ્યા કરવીજ જોઇયે. આચનીને બદલે હાથેલીનો ઉપયોગ કરવો.

સંધ્યાનો વિધિ.

આ સંધ્યામાં કેવળ ગાયત્રીમંત્રનોજ ઉપયોગ કરેલો છે તેથી જે ક્રિયા કરવાની છે તે ગાયત્રીમંત્રથીજ કરવાની છે. પણ પ્રત્યેક સમયે મંત્ર બોલતાં ઉપર દર્શાવી ગયા તે પ્રમાણે મંત્રના શાબ્દાર્થ અને ભાવાર્થ ઉપર ધ્યાન રાખીને સર્વ ક્રિયા કરવાની છે.

ભસ્મ ધારણ.

(૧) પવિત્ર અગ્નિહોત્રાદિકની ભસ્મ લેઇને ગાયત્રીમંત્રથીજ મંત્રી સૂર્યને દેખાડી ભસ્મ કપાલે નેત્રે, બાહુમૂળે, હાથે, છાતીને બંને પાસે, નાભિએ પાછળ કટિપ્રદેશે, બે પસવાડે, તથા મૂર્ધસ્થાને લગાડવી. બંને હાથની વચલી ત્રણ આંગળીઓ અને અંગુઠો ભસ્મવાળાં કરીને પહેલાં ભ્રૂમધ્યમાંથી

ઉર્ધ્વરેખા અંગુઠાથી કરી તેપર બંને હાથની ત્રણ આંગળીથી કપાળે ત્રણ આડી રેખા કરવી.

આચમન.

(૨) પછી નીચેનો પ્રત્યેક મંત્ર ભણીને તથા તેનો અર્થ ધ્યાનમાં રાખીને એક પછી એક જળનાં ત્રણવાર આચમન કરવાં.

१ ॐ आत्मतत्वं शोधयामि स्वाहा.

અર્થ—હું આત્મતત્વને શોધું છું.

२ ॐ विद्यातत्वं शोधयामि स्वाहा.

અર્થ—હું વિદ્યાતત્વને શોધું છું.

३ ॐ शिवतत्वं शोधयामि स्वाहा.

અર્થ—હું શિવતત્વને શોધું છું.

શિખાબંધન.

(૩) પછી ગાયત્રી મંત્રથીજ શિખા બાંધવી.

પ્રાણાયામ.

(૪) ॐ भूः ॐ भुवः ॐ स्वः ॐ महः ॐ जनः ॐ तपः ॐ सत्यं: ॐतत्सवितुर्वरेणण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियोयोनः प्रचोदयात्–

એ મંત્રથી પ્રાણાયામ કરવો. તેનો વિધિ એવો છે કે પહેલાં જમણું નસકોરૂં બંધ કરી ડાબા નસકોરામાંથી બધો પવન કાઢી નાંખીને ઉદર ખાલી કરી નાંખવું. પછી ડાબું નસકોરૂં બંધ કરી ઉપરનો મંત્ર એકવાર મનમાં ભણી જવાય તેટલી વાર લગાડી જમણા નસકોરેથી પવન શરીરમાં અતિ બળ કર્યા વિના જેટલો માય તેટલો પૂરવો એટલે પૂરક થયો કહેવાય.

પછી બંને નસકોરાં બંધ કરીને એકવાર તે મંત્ર મનમાં બોલાય તેટલી વાર પવનને રોકી રાખવો–તે કુંભક કર્યો કહેવાય.

પછી જમણું નસકોરૂં બંધ કરીને ડાબું નસકોરૂં ખુલ્લું રાખીને ઉતાવળ કર્યા વિના પવનને એક વાર ઉપરનો મંત્ર મનમાં ભણાય તેટલી વાર લગાડીને બહાર કાઢી નાંખવો, એ રેચક કર્યો કહેવાય.

એ પ્રમાણે શક્તિ પ્રમાણે એકથા કે ચાર લગી પ્રાણાયામ કરવા. ઓછી શક્તિ હોય તો ઓછા કરવા પણ પ્રાણાયામ કરતી વખતે મનની વૃત્તિને પણ શરીરમાંજ રાખવી. મંત્રના અર્થમાં ન રહે તો હરકત નહિ. પણ વિકલ ન થવાય તેમ વૃત્તિને શરીરમાંજ પવનની સાથે સ્થાપવી– એજ મુખ્ય વાર્તા છે.

સંકલ્પ.

(૫) अत्राद्य फाल्गुनमासे शुक्लपक्षे द्वादश्यां भौमवासरे ब्रह्मस्वरूपिसावितृनारायणप्रसादपूर्वकं मम सर्वोपात्तदुरितक्षयार्थं प्रातः सन्ध्योपासनमहं करिष्ये.

અર્થ-અહીં આજ ફાગણ* માસમાં શુક્લ પક્ષમાં બારશ અને મંગળવારે બ્રહ્મસ્વરૂપ સવિતાનારા-યણ ના પ્રસાદવડે મને આવી લાગેલાં સર્વ પાપના નાશને માટે પ્રાતઃ સંધ્યાનું ઉપાસન હું હમણાં કરીશ.

આ અર્થમાં ધ્યાન આપીને સંકલ્પ કરતાં પ-કડી રાખેલું હાથમાનું અથવા આચમનીમાંનું જળ પૃથ્વી ઉપર કે તરભાણામાં મૂકવું.

(૬) ન્યાસ.

१ ॐ भूर्, इति अंगुष्ठाभ्यां नमः

---

* અહીં ફાગણ માસ લખ્યો છે પણ જે માસ તથા જે પક્ષ હોય તે તથા તિથિ અને વાર જે હોય તે બોલવાં.

એ મંત્ર બોલીને તર્જની આંગળી એટલે અંગુઠાની જોડેની આંગળી અંગુઠાના મૂળમાંથી તે અંગુઠાના ટેરવા લગી ફેરવવી.

૨ ॐ भुवः इति तर्जनीभ्यां नमः

એ મંત્રથી અંગુઠાની જોડેની આંગળીના મૂળથી તે આંગળીના ટેરવા લગી અંગુઠો ફેરવવો.

૩ ॐ स्वः इति मध्यमाभ्यां नमः

એ મંત્રથી વચલી આંગળીના મૂળથી ટેરવા લગી અંગુઠો ફેરવવો.

४ ॐ तत्सवितुर्वरेण्यम् इति अनामिकाभ्यांनमः

એ મંત્ર ભણીને અંગુઠાને ત્રીજી આંગળીના મૂળથી તે ટેરવા લગી ફેરવવો.

૫ ॐ भर्गो देवस्यधीमहि इतिकनिष्ठिकाभ्यां नमः

એ મંત્ર ભણીને અંગુઠાને સઉથી નાની જે ચોથી આંગળી તેના મૂળથી તે ટેરવા લગી ફેરવવો

૬ ॐ धियोयोनः प्रचोदयात् इति करतल कर-
पृष्ठाभ्यां नमः

એ મંત્ર ભણીને હાથના ચાપવાને એક બીજાને આગળ પાછળ સ્પર્શ થાય તેમ ઉપર નીચે ફેરવવાં.

એ પ્રમાણે કરન્યાસ (હાથના ન્યાસ) થયા

હવે હૃદયાદિ ન્યાસ.

१ ॐ भूर् इति हृदयाय नमः

એ મંત્રથી જમણા હાથનાં આંગળાં સંકોચીને (છાતીએ) અડકાડવાં.

२ ॐ भुवः इति शिरसे स्वाहा

એ મંત્રથી જમણા હાથનાં હાથ આંગળાં માથે અટકાડવાં

३ ॐ स्वः इति शिखायै वषट्

એ મંત્રથી જમણા હાથનાં આંગળાં શિખાએ (ચોટલીએ) અટકાડવાં,

४ ॐ तत्सवितुर्वरेण्यम् इति कवचायहुम्

એ મંત્રથી જમણા હાથને ડાબા ખભા પ્રત્યે અને તેના ઉપર થઇને ડાબો હાથ જમણા ખભા પ્રત્યે વાળવો (જેમ કુસ્તી કરતાં બે હાથ રાખી-

એ છીએ અને ખંભ ઠોકીએ છીએ તેના જેવી સ્થિતિમાં હાથ રાખવાના છે.)

૫ ॐ भर्गोदेवस्यधीमहि इति नेत्रत्रयायवौषट्

એ મંત્રથી જમણા હાથનો અંગુઠો જમણી આંખ્યે અને સઉથી નાની આંગળી ડાબી આંખ્યે અને વચલી બે આંગળીઓ કપાળમાં અડકે તેમ કરવું.

૬ ॐ धियोयोनः प्रचोदयात् इति अस्त्रायफट्

એ મંત્રથી જમણા હાથે ચપટી વગાડતા જવું અને પોતાની આસપાસ તે હાથને જમણી પાસેથી માથાની આસપાસ ફેરવી આગળ લાવીને પહેલી અને બીજી એટલે સઉથી મોટી આંગળીથી ડાબા હાથની હાથેલીમાં એક વાર તાળી વગાડવી.

એ પ્રમાણે હૃદયાદિન્યાસ થયા.

ઉપરના સર્વે ન્યાસ કરતાં જે જે સ્થાને સ્પર્શ કરીએ તે તે સ્થાને મનની વૃત્તિ પણ નાંખતા જવું અને મંત્રમાં તથા ક્રિયામાં સપૂર્ણ ધ્યાન આપતા જવું, મનને રખડતું રાખવું નહી, પણ જે ક્રિયા કરતા હોઇએ તેમાં જોડી રાખવું પ્રયત્ન કરતાં એમ બની શકશેજ.

પ્રાતઃસંધ્યાનું ધ્યાન અર્થ સાથે.

શ્લોકા.

यत्रीं त्र्यक्षरां बालां साक्षसूत्रकमंडलुम् ।

ગાયત્રી (કે જે) ત્રણ અક્ષરવાળી, બાલકરૂપ, અક્ષમાળા બ્રહ્મસૂત્ર અને કમંડલવાળી,

श्री ऋग्वेदकृतोत्संगां हंसवाहनसांस्थिताम् ॥१॥

ઋગ્વેદ લેઇને બેઠેલી, હંસના વાહને બેઠેલી.

ब्रह्माणीं ब्रह्मदैवत्यां ब्रह्मलोकनिवासिनीम् ।

બ્રહ્માણી, બ્રહ્મદૈવત, બ્રહ્મલોકમાં રહેનારી (છે.)

आवाहयाम्यहं देवीं आयान्तीं सूर्यमंडलात् ॥२॥

હું આ વાહન કરૂં છું તે દેવીને (જે દેવી) આવે છે સૂર્ય મંડલમાંથી

आगच्छ वरदेदेवि त्र्यक्षरे ब्रह्मवादिनि ।

આવો ! (હે) વરદાન આપનારી દેવી ત્રણ અક્ષર- વાળી, બ્રહ્મવાદિની.

गायत्रि छन्दसां मात र्ब्रह्मयोनि नमोऽस्तुते॥३॥

હે ગાયત્રિ વેદોની માતા બ્રહ્મયોનિ, નમસ્કાર હો તમને.

એ પ્રમાણે અર્થને પૂરેપૂરો સમજી દરેક શબ્દ ઉપર ધ્યાન દેઇ આ શ્લોકમંત્રોમાં જેવી મૂર્તિ ગાયત્રીની વર્ણવી છે તેવું ધ્યાન હાથ જોડીને કરવું.

ગાયત્રીનું બીજ મંત્રથી પંચોપચાર પૂજન.

૧ लं पृथिव्यात्मकं गन्धम्

પૃથ્વી તત્વનું બીજ लं છે તે રૂપ ગન્ધ દ્રવ્ય

૨ हं आकाशात्मकं पुष्पम्

આકાશ તત્વનું બીજ हं છે તે રૂપ પુષ્પ.

૩ यं वाय्वात्मकं धूपम्

વાયુ તત્વનું બીજ यं છે તે રૂપ ધૂપ.

૪ रं तेज आत्मकं दीपम्

તેજસ્ તત્વનું બીજ रं છે તે રૂપ દીપક.

૫ वं अमृतात्मकं नैवेद्यम्

અમૃત (જલ) તત્વનું બીજ वं છે તે રૂપ નૈવેદ્ય.

૬ श्रीँ सुवर्णमयीं दक्षिणाम्

લક્ષ્મીનું બીજ શ્રીં છે તે દક્ષિણા.

परिकल्पयामि =કલ્પું છું.

ધ્યાન કરેલી ગાયત્રી દેવીને એ પ્રમાણે ગંધપુષ્પાદિક મંત્ર બોલતાં મનવડે અર્પતા જવું.

સૂર્યને અર્ધ્યપ્રદાન–

સૂર્ય પ્રત્યે વૃત્તિ રાખીને, તથા ગંધ પુષ્પ યુક્ત કે એકલું જલ અંજલીમાં, અર્ઘીઆમાં કે આચમનીમાં લેઇને બંને હાથે પકડો રાખીને ગાયત્રી મંત્રના અર્થમાં ધ્યાન રાખીને ગાયત્રી મંત્ર બોલીને અંતે તે અર્ઘનું જળ તરભાણામાં કે પૃથ્વીપર આગળ ધારા (અગ્ર ધારા) કરીને રેડવું.

આ પ્રમાણે ત્રણવાર અર્ધ્ય આપવા, અને જો સંધ્યાનો ખરો સમય જે સૂર્યોદય થતાંનો છે તે વીતી ગયો હોય તો એક અર્ધ્ય એજ પ્રમાણે વધારે આપવો.

સૂર્યોપસ્થાન.

ડાબા ચતા હાથના કાંડા ઉપર જમણા ચતા હાથનું કાડું રાખી હાથેલીઓ પ્રસારેલી રા-

બીને ચાર વાર ગાયત્રી મંત્ર ભણવો અને તે વખતે તેના અર્થમાં તથા સૂર્ય પ્રત્યે વૃત્તિ રાખવી તેનું નામ સૂર્યોપસ્થાન કહેવાયછે.

માલા પૂજન.

શ્લોક

महामाले महामाये सर्वशक्तिसमन्विते ।
चतुर्वर्गस्त्वयि न्यस्तस्तस्मान्मे सिद्धिदा भव॥१॥

અર્થઃ-હે મહામાલા મહામાયા (તું) સર્વ શક્તિ યુક્ત (છે.) ધર્મ અર્થ કામ અને મોક્ષ એ ચતુર્વર્ગ તે તારામાં રહેલો છે તેટલા માટે (તું) મને સિદ્ધિ આપનારી થા.

આ મંત્રના અર્થમાં ધ્યાન રાખીને તે બોલીને માળાના મેરનું ગંધ પુષ્પથી પૂજન કરવું, અથવા તે ન હોય તો જલમાત્ર ચડાવી નમસ્કાર કરવો.

જપસંકલ્પ.

अत्राद्य अमुक मासे अमुक पक्षे अमुक तिथौ अमुक वासरे श्री ब्रह्मस्वरूपे सवितृ

नारायण प्रीत्यर्थं प्रातः संध्याङ्गभूत अमुक संख्याकं गायत्रीमन्त्रजपमहं करिष्ये.

એ પ્રમાણે સંકલ્પ જળ મૂકીને એકસો આઠ ગાયત્રી મંત્રજપ શબ્દ અને અર્થમાં ધ્યાન રાખીને કરવા.

अनेन जपेन प्रातः सन्ध्योपासनेन च ब्रह्मस्वरूपी सविता नारायणः प्रीयताम्।

આ જપથી (અને) પ્રાતઃસંધ્યોપાસનથી બ્રહ્મ સ્વરૂપી સવિતા નારાયણ પ્રસન્ન થાઓ.

इति प्रातः संध्या.

अथ मध्यान्ह संध्या.

પહેલેથી તે છેક ધ્યાન લગી પ્રાતઃસંધ્યા પ્રમાણેજ બધું કરવાનું છે, માત્ર સંકલ્પમાં **ब्रह्म स्वरूपी सावितृ नारायण** ને સ્થાને **रुद्रस्वरूपी सावितृ नारायण** તથા **प्रातः संध्या** ને સ્થાને **मध्यान्ह संध्या** એ શબ્દ વાપરવાનો છે. ધ્યાન-

માં માત્ર ફેર છે. મધ્યાન્હ સંધ્યામાં ધ્યાન નીચે પ્રમાણે કરવાનું છે.

ધ્યાન.

શ્લોકા.

सावित्रीं युवतीं शुक्लां शुक्लवस्त्रां त्रिलोचनाम्।

સાવિત્રી (કે જે) યુવાન ગોરાં ધોળાં વસ્ત્રવાળી ત્રણ આંખ્યોવાળી.

यजुर्वेदकृतोत्संगां वृषारूढां त्रिशूलिनीम्॥१॥

યજુર્વેદને ખોળામાં લઇને બેઠેલી, વૃષભ ઉપર બેઠેલી, ત્રિશૂળ ધરનારી,

रुद्रांणी रुद्रदैवत्यां रुद्रलोकनिवासिनीम्।

રૂદ્રાણી, રૂદ્રદેવત, રૂદ્રલોકમાં રહેનારી (છે)

आवाहयाम्यहं देवीं आयान्तीं सूर्यमंडलात्।२

હું આવેહન કરૂં છું (તે) દેવીને (જે દેવી) આવે છે સૂર્યમંડલમાંથી

आगच्छ वरदे देवि त्र्यक्षरे रुद्रवादिनि।

આવો! (હે) વરદાન દેનારી દેવી, ત્રણ અક્ષરવાળી રૂદ્રવાદિની,

सावित्रि छन्दसांमाता रुद्रयोनिनमोऽस्तुते ॥३॥

હે સાવિત્રિ! વેદોની માતા રૂદ્રયોનિ! નમસ્કાર હો તમને.

ગાયત્રીપૂજન પ્રાતઃ સંધ્યા પ્રમાણેજ.

અર્ઘ્ય પ્રદાન.

એકજવાર અર્ઘ્યપ્રદાન કરવાનું છે. જો સંધ્યા મોડી કરવા માંડી હોય તો એક અર્ઘ્ય વધારે આપવો.

સૂર્યોપસ્થાન પ્રાતઃસંધ્યા પ્રમાણે.

માલાપૂજન અને જપ પણ પ્રાતઃસંધ્યા પ્રમાણે. પણ હાથ બાજુએ છુટા અને ઉભા રાખવા (થાપા દેતા હોઇએ તેમ)

છેલ્લા સંકલ્પમાં **प्रातः** ને સ્થાને **मध्यान्ह** અને **ब्रह्मस्वरूपी** ને સ્થાને **रुद्रस्वरूपी** એ શબ્દો યોજવા.

इति मध्यान्हसंध्या.

अथ सायं संध्या.

પહેલેથી છેક ધ્યાન લગી પ્રાતઃસંધ્યા પ્રમાણેજ બધું કરવાનું છે. માત્ર સંકલ્પમાં **ब्रह्म स्वरूपी सवितृ नारायण** ને સ્થાને **विष्णु-स्वरूपी सवितृनारायण** તથા **प्रातःसंध्या** ને સ્થાને **सायं संध्या** એ શબ્દ વાપરવાનો છે. ધ્યાનમાં માત્ર ફેર છે. સાયંસંધ્યામાં ધ્યાન નીચે પ્રમાણે કરવાનું છે.

ધ્યાન.

श्लोकाः

वृद्धां सरस्वतीं कृष्णां पीतवस्त्रां चतुर्भुजाम्

વૃદ્ધ સરસ્વતી કે જે કાળા રંગની, પીળાં વસ્ત્રવાળી ચતુર્ભુજા

सामवेदकृतोत्संगां देवीं गरुडवाहिनीम्॥१॥

ખોળામાં સામવેદને લેઇને બેઠેલી ગરૂડ ઉપર બેઠેલી

वैष्णवीं विष्णुदैवत्यां विष्णुलोकनिवासिनीं

વૈષ્ણવી, વિષ્ણુદેવતા વિષ્ણુ લોકમાં રહેનારાં (છે).

आवाहयाम्यहं देवीं आयान्तीं सूर्यमंडलात् ॥२॥

હું આવાહન કરું છું (તે) દેવીને (જે દેવી) આવે છે સૂર્યમંડલમાંથી.

आगच्छ वरदे देवि त्र्यक्षरे विष्णुवादिनि ।

આવો! (હે) વરદાન આપનારી દેવી ત્રણ અક્ષર-વાળી, વિષ્ણુવાદિની.

शारदे छन्दसां मातर्विष्णुयोनि नमोऽस्तुते. ३।

હે સરસ્વતિ! વેદોની માતા વિષ્ણુયોની! નમસ્કાર હો તમને.

ગાયત્રીપૂજન પ્રાતઃસંધ્યા પ્રમાણેજ.

અર્ઘ્યપ્રદાન—

એવાર અર્ઘ આપવાના સંધ્યાનો સમય વીતી ગયો હોય તો એકવાર વધારે અર્ઘ્ય આપવો.

સૂર્યોપસ્થાન પ્રાતઃસંધ્યા પ્રમાણે; પણ હાથ દડો ઝીલતા હોઇએ તેવા જોડીને સૂર્ય સામે રાખવા.

છેલ્લા સંકલ્પમાં **प्रातः** ને સ્થાને **सायं**

અને **ब्रह्मस्वरूपी** ને સ્થાને **विष्णुस्वरूपी** એ શબ્દો યોજવા.

इति सायं संध्या.

☞:-ઉપર પ્રમાણે મંત્ર તથા સંકલ્પના અર્થ સમજી તેના શબ્દો તથા અર્થ ઉપર ધ્યાન રાખવાની સાથે કરવાની ક્રિયા કરતાં જેમને સંપૂર્ણ રીત્યે આવડી ગઇ હોય તેવા ઉપાસકોને માટે આ **प्रथम उपासना**થી આગળ ચાલવાને ઉપયોગી થઇ પડે તેવું **द्वितीय उपासना**નું પુસ્તક રચવામાં આવશે. તેમાં પ્રથમ ઉપાસનામાં આવેલી ક્રિયા અને મંત્રો સંબંધે જે ભાવનાઓ કરવાની છે તે વિષે સંપૂર્ણ સમજ આપવામાં આવશે. એક એક ઇંટ ચણ્યા વિના એકઠા ઇંટોના ઢગલાથી ઇમારત થતી નથી, તેમ મોટી લાંબી લાંબી સંધ્યાઓ શબ્દ, અર્થ, ક્રિયા અને ભાવનાની સંપૂર્ણ કુંચી હાથ લાગ્યા વિના કાંઇપણ સિદ્ધિ થતી નથી.

ભાવનાવિષે પ્રતિપાદન કરનાર દ્વિતીયઉપાસના નું પુસ્તક લેઇ તે પ્રમાણે આ પુસ્તકમાં દર્શાવેલી વસ્તુવ્યવસ્થાથી ધીમે ધીમે વધારો કરતા જનારનેજ સંધ્યા ગાયત્રીમાં જે અદ્ભુત સામર્થ્ય રહ્યું છે તેનો અનુભવ થતાં ઋદ્ધિ, સિદ્ધિ, અને મુક્તિનો આનંદ સમજાશે. તે વિના રોટલી કરતાં આવડે નહિ અને આખો જન્મારો કણેક ટુંપ્યાજ કરે તે પ્રમાણે મિથ્યા શ્રમનુંજ ભાન થાય છે તેથી અજ્ઞાન અને અશ્રદ્ધા દ્વારા ધર્મહાનિજ ઉપજે છે. કહ્યું છે કે:—

દોહો.

માળા તો મનકી ભલી, ઔર કાષ્ટકા ભારા;
સમજુ જનકી એક ઘડિ, મૂરખકા જન્મારા. ૧

भावो वै देवः

॥ इति शिवम् ॥

સરલ અને ખરો ઉપદેશ તથ
નાર નગીનદાસ પુ૦ સંઘવી વિરચિ

1 **શ્રી શિશુપાલમર્દન અથવા :**
નાટક:-(આ પુસ્તકનાં અનેક જા
અવાજે વખાણ કરેલાં છે.) (

શ્રી સરલ સદ્બોધ ભાગ ૧ લે
૨ નાં પણ પ્રજામાં અને પત્રોમાં એકે
થયાં છે. તેમાં ખરો ધર્મ સમજાવ્યો. ...
લોકને પસંદ પડે તેમ છે. કેટલીક હાઇસ્કુલોએ તે
ધાર્મિક શિક્ષણ માટે પસંદ કરેલ છે કિમત ૦-૪-

સાંપ્રતશાળા શિક્ષણ આ નાનુ પુસ્તક હાલ
૩ કેળવણીની ખામી બતાવી ખરી કેળવણીનું ભ
કરાવે છે તેમજ હાલનાં ધોરણમાં પણ ઉપયો
તેની મુખ્ય મુખ્ય સૂચનાઓ કરેછે.) કિમત૦-૧-

ટેલિમેકસ (વિના અરજે નામદાર બ્રિટિશ સરકાર
૪ કેળવણી ખાતાએ પોતાની ઉલટથીજ સ્કુલ લાઇબ્રે
માટે પસંદ કર્યું છે; રાજા તેમજ પ્રજા ને સર
ઉપયોગી ગ્રંથ છે) કિંમત રૂ.૫-૦-૦

ઉપરનાં પુસ્તકો મળવાનાં સ્થળ.

૧ કર્તા પાસે ઠા. ઠે.સાંકડીશેરી લાલાવસાનીપોળ અમદાવા
૨ મુંબાઇ તથા અમદાવાદ તથા વડોદરાના મુખ્ય મુખ્ય
બુકસેલરોને ત્યાંથી મળશે